

Die Stiftung Leben mit Krebs stellt sich vor:

Die Diagnose „Krebs“ stellt einen gravierenden Einschnitt im Leben eines Menschen dar. Viele Patienten verlieren nach Operation und Chemotherapie ihren Lebensmut und das Vertrauen in die körperliche und seelische Eigenständigkeit.

Aktuelle Untersuchungsergebnisse belegen, dass regelmäßige sportliche und kulturelle Aktivitäten die subjektiven und objektiven Belastungen von Erkrankung und Therapie reduzieren und damit günstige Auswirkungen auf den Krankheitsverlauf haben können.

Vor diesem Hintergrund hat sich die Stiftung Leben mit Krebs zur Aufgabe gemacht, therapieunterstützende Projekte zu entwickeln, zu fördern und umzusetzen. Die Stiftung finanziert so u.a. Therapeuten, die gezielt Sport- und Kunstprogramme anbieten, Patienten beraten und Kurse durchführen.

Primäre Zielsetzung aller von der Stiftung angebotenen Projekte ist es, die Lebensqualität von Patienten entscheidend zu verbessern.

Die Projekte der Stiftung im Überblick



Sport



Ernährung



Psychotherapie



Urlaub



Kunst



Sport zum Leben

**Sport tut gut
und macht Mut**

**Trainingsangebot
für Patienten
mit onkologischen
Erkrankungen**

**Kliniken des
Main-Taunus-Kreises
Onkologische
Schwerpunktpraxis
Bad Soden**

Veranstalter:

Kliniken des
Main-Taunus-Kreises
Krankenhaus Bad Soden
Kronberger Str. 38
65812 Bad Soden
Physiotherapie-Abteilung
Tel.: 06196/65-7450

Onkologische Schwer-
punktpraxis Bad Soden
Kronberger Str. 36
65812 Bad Soden
Tel.: 06196/65-7692

Treffpunkt:

Immer eine viertel Stunde
vor Veranstaltungsbeginn in der
Physiotherapie-Abteilung

Kontakt und Anmeldung:

Onkologische Schwer-
punktpraxis Bad Soden
Tel.: 06196/65-7692

Teilnahmebedingungen:

Die Teilnahme erfolgt nach einer
sportmedizinischen Untersuchung
und nach der Zustimmung des
verantwortlichen Arztes.

Die Kosten für das Programm
übernimmt die Stiftung Leben mit
Krebs. Es ist eine begrenzte Anzahl
von max. 10 Teilnehmern pro
Gruppe geplant.

Stiftung Leben mit Krebs
Wilhelmstr. 14 · 65185 Wiesbaden
Tel.: 06 11/360 80-23
info@stiftung-leben-mit-krebs.de
www.stiftung-leben-mit-krebs.de

Hauptsponsor
Else Kröner-Fresenius-Stiftung
Postfach 1852
61288 Bad Homburg v.d.H.
www.ekfs.de

Sehr geehrte Damen und Herren,

unter dem Motto „**Sport tut gut und macht Mut**“ bieten die Main-Taunus-Kliniken mit Unterstützung der „**Stiftung Leben mit Krebs**“ ein medizinisch kontrolliertes Sportprogramm für Patienten an. Zielsetzung ist es, eine bessere Verträglichkeit der Therapie und eine gute Krankheitsverarbeitung durch regelmäßige sportliche Betätigung zu erreichen.

Unter Anleitung von medizinischem Fachpersonal erhalten Patienten einen Fitnessstest und eine Beratung über die individuell geeignete Ausdauersportart und das Trainingsprogramm, nach dem sie selbstständig trainieren.

Das Programm umfasst 2 Trainingsangebote pro Woche mit einer Dauer von jeweils 60 Minuten.

Begleitend zu der Sporttherapie bekommen die Patienten eine Dokumentation über Art und Dauer der sportlichen Betätigung.

Sie nehmen an einer **Patientensportgruppe** teil, die sowohl als Grundlage der sportlichen Aktivitäten als auch als sozialer Treffpunkt zur gemeinsamen Bewältigung von krankheitsbedingten Belastungen dienen kann.

Lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten, welche sportliche Betätigung in Ihrem Fall angemessen wäre.

Wir freuen uns auf Ihre aktive Teilnahme an unserem Projekt. Auf diesem Weg tragen Sie selbst zu Ihrer Rehabilitation und Krankheitsbewältigung bei.



Prof. Dr. Michael Booke
Ärztlicher Direktor der Kliniken
des Main-Taunus-Kreises



Dr. Gernot Seipelt
Privatdozent
Onkologische Schwerpunktpraxis

PROGRAMM

Sport tut gut und macht Mut

Koordinationsübungen:

Leichte Gymnastik des Bewegungsapparats

Montags, 15.⁰⁰ – 16.⁰⁰ Uhr

Gymnastikraum, Physiotherapie-Abteilung
Krankenhaus Bad Soden



Wirkung: Minderung der Müdigkeit,
Senkung des Verletzungsrisikos

Ausdauertraining:

Nordic Walking

Donnerstags, 15.⁰⁰ – 16.⁰⁰ Uhr

Physiotherapie-Abteilung
Krankenhaus Bad Soden



Wirkung: Erhöhung der Belastbarkeit,
Stärkung der Knochen und Muskulatur

Veranstalter:



■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ Kliniken des Main-Taunus-Kreises GmbH

